

publicacións dixitais



JORGE MIRA PÉREZ
COORDINADOR

¿Es nuestro huso horario un problema?



¿Es nuestro huso horario un problema?

Edita

© CONSELLO DA CULTURA GALEGA, 2017
Pazo de Raxoi · 2º andar · Praza do Obradoiro
15705 · Santiago de Compostela
T 981 957 202 · F 981 957 205
correo@consellodacultura.gal
www.consellodacultura.gal

Maquetación

Mabel Aguayo, CB

Doi: 10.17075/enhnp.2017

JORGE MIRA PÉREZ

COORDINADOR

¿Es nuestro huso horario un problema?



CONSELLO
DA CULTURA
GALEGA



publicacións dixitais

Presentación

El Consello da Cultura Galega es una institución autonómica de alto asesoramiento en los temas de interés cultural. Está compuesta por representantes de las principales organizaciones culturales de Galicia así como por personalidades destacadas en ese ámbito. Con más de treinta años de existencia, tiene ya una amplia experiencia en asesorar a través de informes solicitados o elaborados por propia iniciativa, así como a partir de congresos, simposios o estudios, sobre los asuntos del mayor interés cultural para la Comunidad Autónoma Gallega.

El debate público suscitado en los últimos tiempos sobre la conveniencia o no del cambio del huso horario en Galicia, en particular, y en España, en general, y su resolución en uno u otro sentido afecta a todos los niveles de la población, así como a sus hábitos y costumbres. No es, por lo tanto, un tema menor y sus consecuencias tienen un componente cultural indudable. Es por ello que el Consello consideró pertinente realizar a partir de su Sección de Ciencia, Natureza e Sociedade, en octubre del pasado año 2016, un debate, con defensores de una u otra postura, en relación con los cambios en el huso horario.

Conscientes del interés de este encuentro, tomó la decisión de publicar (en formato digital, en gallego y castellano) el presente libro basado en las ponencias presentadas en el mismo, deseando que su lectura y difusión contribuyan a favorecer un diálogo sereno y asentado, sobre todo, en el mejor conocimiento del que se dispone en la actualidad. Solo así se podrá caminar hacia fórmulas de convivencia que sean constructivas y de futuro.

Francisco Díaz-Fierros Viqueira

Coordinador de la Sección de Ciencia, Natureza e Sociedade
Consello da Cultura Galega



publicacions digitals

Índice

6 PRESENTACIÓN

Francisco Díaz-Fierros Viqueira

10 INTRODUCCIÓN

¿Arreglaría algo cambiar el huso horario oficial español?

Jorge Mira Pérez

13 NUESTRO HUSO HORARIO ES INOCENTE. INCONVENIENTES DE UN CAMBIO DE HUSO EN ESPAÑA

Jorge Mira Pérez

31 INNOVACIÓN SOCIAL: ANÁLISIS DE LOS BENEFICIOS DE LA RECUPERACIÓN DEL HUSO HORARIO QUE CORRESPONDE A ESPAÑA

José María Fernández-Crehuet

57 HUSOS HORARIOS ESPAÑOLES: RACIONALIDAD FRENTE A LEYENDA

José María Martín Olalla

85 HUSO HORARIO Y HÁBITOS SOCIALES

José Fernández-Albertos

103 CURRÍCULOS

Introducción

Jorge Mira Pérez

Universidade de Santiago de Compostela

¿ARREGLARÍA ALGO CAMBIAR EL HUSO HORARIO OFICIAL ESPAÑOL?

Un huso horario es cada una de las 24 franjas geográficas virtuales, orientadas de norte a sur, en las que se divide el planeta y que tienen una amplitud de 15 grados, que es el ángulo que rota la Tierra en una hora. Los relojes definidos por el mediodía de cada uno de estos husos son comparables entre sí y cada uno de ellos se construye sumando o restando un número entero de horas respecto del llamado Tiempo Universal Coordinado (UTC), que es el mantenido por relojes atómicos.

En la España peninsular, Baleares, Ceuta y Melilla la hora oficial es UTC+1, correspondiente al huso de Europa Central, como en casi toda Europa continental.

Una zona horaria es una región que comparte una misma hora oficial. Las zonas horarias no siguen fielmente los trazos meramente geográficos de los husos horarios, pues cada país ajusta su hora oficial libremente y, con frecuencia, no coinciden estrictamente con la convención geográfica. Así, lugares como Chile, Argentina, Francia, Bélgica, Holanda, Islandia, Alaska, Saskatchewan, Kazajistán, Georgia, Bielorrusia, Mauritania, Senegal, Gambia, Guinea-Bissau, Guinea, Sierra Leona, Liberia, Azerbaiyán o Armenia están en ese caso en diferente grado.

Hace algo más de una década, empezaron a moverse en España grupos que demandan un cambio de la hora oficial del país. Las primeras peticiones abogaban por retrasar los relojes 1 hora, abandonar la zona UTC+1 y pasar a la zona UTC+0; pero ahora, en fecha más reciente, los parlamentos de algunas comunidades autónomas mediterráneas han solicitado del Gobierno central la aplicación de medidas que van en el sentido opuesto: pasar a la zona UTC+2.

La coexistencia de estos dos extremos revela la facilidad con la que se producen interpretaciones diferentes en esta materia y, en principio, debería servir

para hacer una llamada a la cautela y a la búsqueda de un criterio científico. Por si fuese poco, el debate se agudiza periódicamente en los momentos de ajuste estacional de la hora, que se realizan dos veces al año siguiendo una directiva europea, fundamentada en la gran variación solar que experimenta el continente europeo a lo largo del año (una variación que no tiene ninguna relación con las cuestiones relativas al huso).

Se trata de algo de más calado de lo que cabría pensar ya que la hora oficial afecta a todos y cada uno de los habitantes del país, sin excepción. Por eso cualquier reflexión sobre ella debe ser pausada por parte de los responsables del Gobierno, con el mejor asesoramiento posible, con un completo conocimiento de los factores en juego y, sobre todo, con unos datos solventes. En este punto, es digno de mención el valor que la estabilidad de la regulación horaria tiene en el funcionamiento de un país del mundo desarrollado. De hecho, desde la Segunda Guerra Mundial ningún país de ese ámbito (excepto Islandia) ha realizado cambios de zona horaria que hayan perdurado.

Frente a quienes solicitan el cambio de nuestra zona horaria actual, argumentando que eso beneficiaría los modos de vida de nuestra sociedad, se sitúan quienes advierten del peligro de tal medida: alertan del caos y coste de esa transición y, sobre todo, que dicho cambio no produciría ninguna mejora significativa en nuestros estilos de vida, que no dependen del huso.

En octubre de 2016 el Consello da Cultura Galega organizó la jornada ¿Es Nuestro Huso Horario un Problema?, con el fin de arrojar luz sobre este asunto con las aportaciones de expertos con diferentes posicionamientos. Este foro fue uno de los primeros realizados con posiciones enfrentadas sobre el tema en España.

El eco público de la jornada y la riqueza de su contenido han motivado la publicación de este libro. Su aspiración final es ofrecer una obra de referencia, accesible, para que cualquier ciudadano pueda formar su opinión con fundamento.

Esperemos que así sea.

INNOVACIÓN SOCIAL: ANÁLISIS DE LOS BENEFICIOS DE LA RECUPERACIÓN DEL HUSO HORARIO QUE CORRESPONDE A ESPAÑA

José María Fernández-Crehuet

Universidad Politécnica de Madrid

Doi: 10.17075/enhnp.2017.002

Las causas y consecuencias de que en España la hora oficial no coincida con la hora solar se han convertido en un tema de candente actualidad. De hecho, en enero de 2017, la agencia de noticias Europa Press difundía en varios de los principales periódicos de España una noticia con declaraciones de dos físicos y un politólogo contrarios al cambio del huso horario. Ya que no tuve opción de participar en esa entrevista, aprovecho estas líneas para poner por escrito mis argumentos y los de muchos de los lectores-comentaristas de uno de los periódicos en donde apareció (he seleccionado *El País* 8/01/2017) que quisieron dejar por escrito en sus comentarios sus razones a favor del cambio del huso horario (serán entrecomilladas y con cuerpo menor en la página para diferenciarlo).

Esta cuestión también ha entrado de lleno en la agenda política. De hecho, la ministra de Empleo, Fátima Báñez, planteó en el mes de diciembre de 2016, ante la Comisión de Empleo del Congreso, un pacto político y social para que la jornada laboral acabe a las seis de la tarde (medida que contemplaba el programa electoral del PP para las elecciones del pasado junio de 2016), para lo que propuso «un pacto nacional por la conciliación y la racionalización de los horarios». En la propuesta también se incluía la posibilidad de estudiar el cambio del huso horario en España, ya anunciada en abril de 2016 en un mitin electoral por el entonces presidente en funciones Mariano Rajoy, quien afirmaba que había que «impulsar el cambio del huso horario» para adecuarlo a las «necesidades» del país y facilitar la conclusión de la jornada laboral a las 18.00 horas.

Dicha medida estaba también contemplada en el pacto firmado por el PSOE y Ciudadanos para la consecución del fallido Gobierno en el mes de febrero de 2016. Sus firmantes, Pedro Sánchez y Albert Rivera, apostaban en su página 39 por la «recuperación del huso horario GMT (hora en el meridiano de Greenwich) que sirva de catalizador para el resto de medidas propuestas», para favorecer «una campaña de concienciación sobre las ventajas económicas y sociales de racionalizar los horarios y flexibilizar la jornada laboral». Mi tesis también apoya

las pretensiones de dichos partidos políticos y sostiene que debemos volver al huso horario que nos corresponde. La conciliación de la vida profesional, familiar y personal se beneficiaría de este hecho.

En enero de 2017 se cumplieron 190 años del nacimiento del ingeniero canadiense que inventó los husos horarios. En geografía, huso horario es cada una de las 24 áreas en que se divide la Tierra, siguiendo la misma definición de tiempo cronométrico.

Todos los husos horarios se definen en relación con el denominado tiempo universal coordinado (UTC), huso horario centrado sobre el meridiano de Greenwich (también conocido como meridiano cero), que recibe ese nombre por pasar por el Real Observatorio de Greenwich, en el Gran Londres.

Puesto que la Tierra gira de oeste a este, al pasar de un huso horario a otro en dirección este, hay que sumar una hora. Por el contrario, al pasar de este a oeste hay que restar una hora. El meridiano de 180°, conocido como línea internacional de cambio de fecha, marca el cambio de día.

En España, la referencia era el meridiano de Madrid, con excepción de la Armada, cuya base era el de San Fernando. En 1901, el Gobierno de la reina regente, María Cristina, aprueba el cambio al tiempo solar medio que geográficamente nos corresponde, el del meridiano de Greenwich.

Reunida la Conferencia Internacional de la Hora en París en 1912, se acepta el sistema de husos horarios comenzado en 1884, y pasa a denominarse hora legal la que correspondía al huso horario.

En 1922, en un decreto firmado por Alfonso XIII, motivado en parte por una demanda de Inglaterra a causa del gran comercio con las islas Canarias, se les aplicó a estas el huso 23, uno menos que el resto de España, justificado por su situación distinta con respecto al meridiano de Greenwich. Por lo tanto, desde esa fecha, la hora legal del territorio nacional, tanto peninsular como el de las islas, fue la que le correspondía a su situación geográfica, exceptuando la parte occidental de Galicia, del meridiano de Mondoñedo hasta el mar, pues se encuentra en el huso 23, el mismo que el archipiélago canario, pero mantuvo la misma hora que el resto de la Península.

Se ha hablado y escrito mucho sobre el origen histórico del cambio de hora legal de España con respecto a la oficial y de sus modificaciones. Por resumir, podemos indicar que, por razones históricas, en 1940, después del armisticio con Francia, cuando Alemania llega hasta los Pirineos, la hora de la Europa central

es impuesta a la Europa occidental ocupada. Ese mismo horario ya había sido anteriormente adoptado en España al inicio de la II Guerra Mundial en concreto por Orden de 7 de marzo de 1940, de Presidencia del Gobierno, donde se dice:

Hora legal. Se adelanta en sesenta minutos. Considerando la conveniencia de que el horario nacional marche de acuerdo con los de otros países europeos y las ventajas de diversos órdenes que el adelanto temporal de la hora trae consigo, dispongo:

Artículo 1º. El sábado 16 de marzo, a las veintitrés horas, será adelantada la hora legal en sesenta minutos.

[...]

Artículo 5º. Oportunamente se señalará la fecha en que haya de restablecerse la hora normal.

Tal restablecimiento no ha tenido lugar desde entonces hasta la actualidad. En la práctica supuso un cambio permanente de la hora oficial de España, que adoptó, sin decirlo, y posiblemente sin plantearlo, la del huso horario +1 para la península y las islas Baleares y la del huso horario 0 para las islas Canarias¹.

Parece ser también que para evitar confusiones con los horarios —y evitar desfases durante los bombardeos y demás acciones de guerra programadas—, los países del meridiano optaron por ajustar sus horarios al huso central alemán. De esta manera, Gran Bretaña, Irlanda, Portugal y España atrasaron el reloj una hora. Después de la guerra, algunos países volvieron a su horario habitual, cosa que no hizo España.

La decisión de la hora oficial, al ser soberana, es muy distinta dependiendo del país. En EEUU hay diez zonas horarias: cuatro en el propio continente, dos en Alaska, Hawái y cuatro en las posesiones. En Rusia hay once. En cambio, en China, aunque le correspondería tener seis zonas horarias, solo existe una hora oficial². Por su parte, la hora legal de cada país es la que corresponde a su situación geográfica, la del huso horario en que se encuentre, sin posibilidad de cambios.

Tal y como puede apreciarse en la imagen 1, a España (salvo Canarias y parte del oeste de la Comunidad Autónoma de Galicia), le corresponde el huso horario GMT+0.

¹ Pere Planesas: «La hora oficial en España y sus cambios». <http://astronomia.ign.es/rknowsys-theme/imagenes/webAstro/paginas/documentos/Anuario/lahoraoficialenespana.pdf> (19/01/17).

² Para ver los husos horarios del mundo y cuándo anochece y amanece en tiempo real se puede consultar el siguiente enlace http://24timezones.com/reloj_hora_exacta.php (14/01/17).

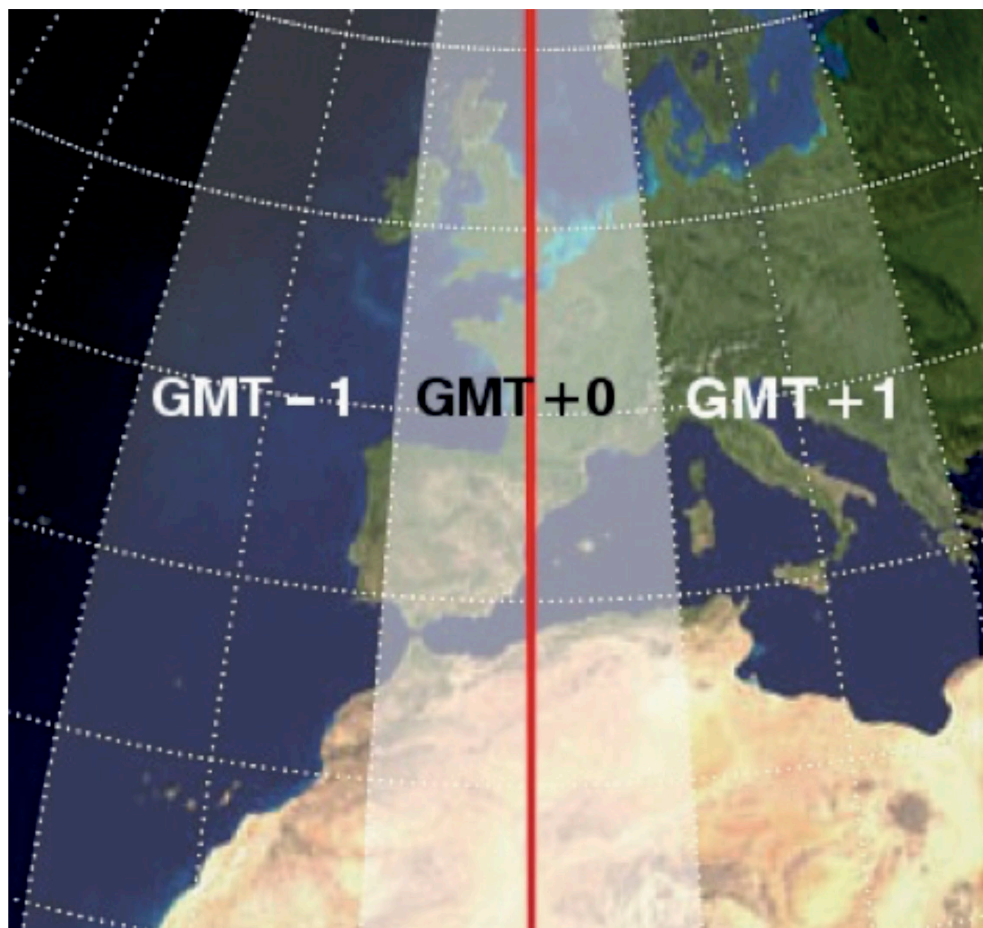


Imagen 1: El meridiano de Greenwich y su huso horario GMT+0.

Fuente: <http://www.megaspora.net/es/gmt0-para-espana/> (19/01/17).

En la imagen 2 podemos observar un mapa de Europa. El color blanco indica una concordancia entre la hora oficial y la solar, el azul corresponde a un retraso de la hora oficial frente a la solar —o un adelanto de la solar sobre la oficial— y el rojo, justo a la situación contraria, con un color tanto más intenso cuanto mayor sea la diferencia entre ellas, tal y como nos sucede en España.

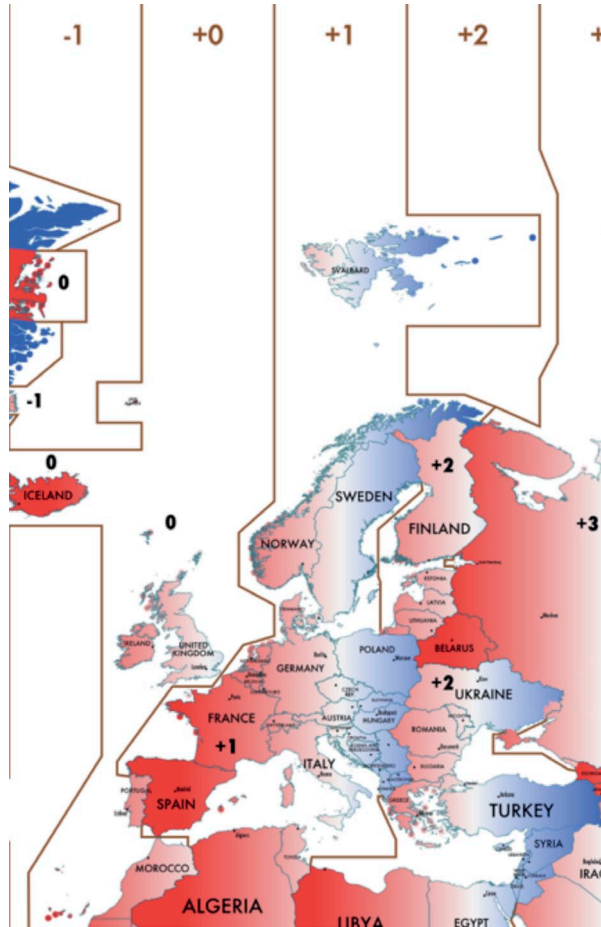


Imagen 2: Ajustes-desajustes hora oficial-hora solar.

Fuente: adaptado de (Stefano Maggiolo) <http://blog.poormansmath.net/the-time-it-takes-to-change-the-time/> (19/1/2017).

Que en España la hora solar no coincide con la hora oficial (la que correspondería a nuestro huso horario) es un hecho aceptado por todos e indiscutible. En lo que se discrepa es en si ese hecho nos beneficia, nos perjudica o es indiferente. Desde mi punto de vista (y el de muchos de los lectores que comenté anteriormente, de los que quiero ser altavoz y a los que voy a dar un espacio generoso en este texto), el tener la hora de Alemania, en vez de la del Reino Unido, influye

negativamente en nuestro día a día, puesto que el huso horario influye en nuestros usos y costumbres.

Una primera cuestión es preguntarnos lo siguiente: ¿Quién tiene razón? ¿Los que están a favor del cambio de huso horario o los que prefieren que permanezcamos? ¿Es una cuestión técnica e indiscutible u opinable? ¿Debe tratarse y resolverse desde un punto de vista matemático, físico, químico, o más bien del de las ciencias sociales? Demos paso a los lectores:

«Soy de ciencias, pero, lo siento, esto no es un tema de física, sino de costumbres humanas, y ese no es precisamente el punto fuerte de la ciencia»

«Pensando un poco superficialmente, entiendo el escepticismo de los físicos. El sano escepticismo es una característica de la ciencia. Y los argumentos parecen aceptables. Sin embargo, me permito señalar el detalle de que ni en los estudios de físicas, ni siquiera haciendo un doctorado, se estudia nada del comportamiento humano, ni respecto a los individuos ni respecto a los grupos. Si a un sociólogo o a un psicólogo le diera por fundamentar argumentos con la misma ligereza respecto a las disciplinas objeto de especialidad de estos expertos, serían tratados sin duda con desconfianza y se les demandaría un mejor fundamento en sus juicios»

«La formación científica no sirve para evaluar si cambiarían o no los usos (sin hache) si cambiara el huso (con hache). Eso entraría más bien en el campo de la sociología».

«Fuentes de la Real Academia de Ciencias Exactas, Físicas y Naturales han señalado que el debate sobre el cambio de huso es “político y económico. Desde el punto de vista de la ciencia no hay ninguna postura que tomar”»

«Los científicos que salen en este artículo son reputados físicos, lo cual no pongo en ninguna duda, pero cuando se dice: “Un cambio de huso no sólo no arreglaría nada sino que incluso traería problemas” y “Si se cambia, se va a generar un caos que implicaría un coste enorme”, me gustaría que me explicaran en qué se basan para saber de ese coste enorme, porque, que yo sepa, no son catedráticos en Economía para saber los enormes costes, ni en Sociología para saber el caos que crearía en la sociedad y si eso es bueno o malo para la conciliación familiar. En fin, me parece una opinión muy respetable de un gran físico hablando de física. Lo de hablar de economía y sociología debería dejárselo a los catedráticos en Economía y a los catedráticos en Sociología»

«Lo que sí que se puede debatir es sobre la hora oficial que es más conveniente adoptar en función de los beneficios económicos o sociales que se quieren obtener con el cam-

bio. Y resulta que esos señores físicos son preguntados sobre estos aspectos que no son precisamente su especialidad. Por eso digo que su opinión no es relevante en este caso». «Todo lo más que podemos hacer los físicos es decir cuándo sale y se pone el Sol. Lo que se haga con esas horas de luz o cómo se aprovechen o distribuyan para actividades laborales y sociales ya no es cosa nuestra»

«Simplemente niego que la física sea la disciplina que deba opinar sobre lo oportuno de un cambio. Medicina, psicología, sociología, economía... están más cualificadas para ver el impacto de esta medida. Precisamente he escuchado a científicos de esos campos defender el cambio. Hasta la química tiene mucho más que decir que la física sobre nuestros biorritmos»

Después de profundizar en este tema desde bastantes años e investigarlo ya antes de tratarlo en mi tesis doctoral, vi que la respuesta a la pregunta de si el huso horario afecta a mi día a día es una cuestión cuya respuesta varía según los hábitos de vida, las circunstancias personales e incluso los gustos, y llegué a la conclusión de que hay que valorar el modo de vivir del conjunto de la población española y acomodarse a lo que favorezca a la mayoría. Demos paso, de nuevo, a los lectores:

«Vamos tarde a todos los sitios y alargamos la jornada de forma artificial. ¿Por qué abre el comercio a las 10 de la mañana? ¿Por qué entrando a trabajar a las 8 paramos para comer a las 14, seis horas después?»

«La baja tasa de natalidad, desestructuraciones familiares y altos niveles de estrés y depresiones o bajas por el mismo motivo demuestran que hay algo que no está en su correcto funcionamiento, puesto que es absurdo tener a alguien trabajando desde las 9 de la mañana hasta las 8 de la tarde con tres y a veces más horas para comer. ¿Cómo demonios se hace alguien cargo de la crianza de sus hijos si llega a casa a las 10 de la noche...?»

«Lo que tienes son horarios laborales que se alargan hasta las 8 o 10 de la noche. ¿Resultado? dormimos menos horas»

«Los físicos dicen que con el cambio de huso horario sólo se beneficiaría a un porcentaje de la población que tiene una jornada laboral muy concreta —la discontinua, con pausas para comer que se reducirían—, pero perjudicarían a los de jornada continua... ¡Debe ser que somos pocos los de la discontinua! Y... ahora que me fijo, todos los “científicos” que hablan son funcionarios»

«Gasto más de luz y de calefacción que antes, voy más cansado y los horarios de mi trabajo se hacen más largos que antes, la gente va más nerviosa y más irascible y la natalidad ha bajado un montón»

El huso horario equivocado actual no debería ser un problema si fuéramos coherentes en nuestro horario. Si en España buena parte de la población come entre las 14.00-15.00 h y cena a las 21.00-22.00 h, lo lógico es que se empezara a trabajar a las 10.00-11.00 de la mañana y no a las 9.00, como ocurre actualmente. Este hecho provoca que madrugemos demasiado y que se alargue la jornada laboral por la mañana durante cinco horas seguidas hasta el parón a medio día, lo que no sucede en ningún país europeo.

El retraso en nuestros hábitos sociales para ajustarnos al huso horario alemán perjudica nuestra calidad de vida, sumado a un *prime time* televisivo —que ha sufrido un retraso de 72 minutos en los últimos 25 años (Contreras, 2016³)—, cada vez más tardío desde la aparición de las cadenas de televisión privadas, que afecta al rendimiento y cansancio vital con el que nos levantamos por las mañanas y que arrastramos durante el día.

«En España lo que hay que cambiar son los horarios de los programas de TV. Lo que no es normal es que un programa o una peli acaben a las 12 de la noche o más tarde. Nos hemos acostumbrado a retrasar todo hasta el infinito. Eso hace que se duerman menos horas, por ejemplo... Esa mala costumbre de no comer antes de las 15 h o de no cenar antes de las 10 de la noche no sé cuándo empezó, pero creo que es bastante reciente. Porque en los 80 se comía a las 14 y se cenaba a las 21..., o sea, que seguramente se salía antes del trabajo».

«Lo normal, a mi parecer, es cenar a la hora en que puedas acostarte dos horas después de cenar teniendo por delante ocho horas de sueño antes de tener que levantarte»

Con el cambio de huso horario, amanecería más temprano y anoecería también antes. En verano renunciaríamos a los anoeceres más tardíos, pero tendríamos unos amaneceres más tempranos. ¿Qué preferimos? ¿Depende de las circunstancias personales? ¿Del sector donde uno trabaje? ¿De la edad? ¿Debe primar la salud, la conciliación, lo que opine la mayoría de los españoles? ¿Ha de hacerse un cambio por ley, tipo ley anti-tabaco?

³ <http://www.elmundo.es/television/2016/06/07/5755c5c0ca4741d8738b465a.html> (19/01/2017).

«El problema en invierno es que hay pocas horas de luz y ante eso poco podemos hacer. Me disgusta entrar de noche y me disgusta salir de noche. Pero, si tengo que elegir, prefiero lo primero y luego tener una horita de Sol al salir. Aunque entiendo que esto es una preferencia personal y que cada uno tendrá la suya»

«Completamente de acuerdo. Para estar en la oficina me da igual que fuera sea de día». «Lo que es de locos es que los niños se tengan que acostar en mayo y junio, que todavía tienen colegio, con la luz del día»

«Nuestro horario es terrible para los niños, los hace cansados desde pequeños, por alargar la actividad tras la puesta de Sol. En fin, que no hay por donde defenderlo si no es desde el turismo cutre o el pluriempleo (típico de la posguerra del 39)»

«En verano, cuando tengo que entrar a trabajar a las siete de la mañana, si tengo que dormir ocho horas, contando con una hora o con media hora para prepararme desde que me despierto, pues resulta que tendría que irme a acostar cuando todavía hace sol. Ese es un ejemplo del disparate de nuestro horario. Si tuviésemos nuestro huso horario natural, a las diez de la noche ya sería de noche, si no totalmente, casi, y mi cuerpo iría a dormir cumpliendo mucho mejor con nuestro horario interno. Ese es un ejemplo sencillo y habrá muchos más. Retrasar nuestro huso horario hace que el reloj biológico se sincronice mejor con el horario legal y todo son ventajas para nuestra salud»

«Al estar más al norte, oscurece a las cuatro de la tarde en Londres en invierno. Pero en verano hay sol y sale pronto por la mañana y te acompaña durante el día. Si salgo a cenar, puede ser a las 7 de la tarde, y estoy en casa no más tarde que la una (y por ley muchos lugares cierran a las once para no generar ruido). No entiendo la manía de pensar que España es mejor porque estamos despiertos hasta las tantas»

La Tierra es una esfera y su eje de rotación está inclinado respecto al plano de traslación, eso implica que en países situados en el mismo huso horario no amanece simultáneamente. La línea de barrido día-noche está inclinada respecto a los meridianos. ¿Hay que partir de la base del inercial porque es el que marca el amanecer más tardío y el anochecer más temprano?

«En el sur de Europa los días en invierno son más largos que en el norte, mientras que en verano son más cortos en el sur. De Alemania para arriba los europeos se despiertan y se acuestan de noche durante el invierno. En verano, al contrario, se despiertan y se acuestan cuando es de día»

«En Berlín y en Madrid en invierno amanece a la misma hora, con el huso actual, pero en Madrid disfrutan de una hora y media más de luz que en Berlín»

«Y en junio, en Madrid es de noche cerrada a las 22.00, mientras que en Berlín no anochece hasta aproximadamente las 23.45»

«Lo que yo he dicho es que, con el huso horario, la hora de amanecer en Berlín es la misma que en Madrid en invierno, pero que oscurece una hora y media más tarde. Si cambias el huso, en Madrid amanece una hora más pronto, pero oscurece a la misma que en Berlín. Tú mismo dónde quieres las horas de sol. A las 7 de la mañana o a las 7 de la tarde. Es tan simple como eso»

«Todos los puntos de la tierra tienen un 50 % de día y un 50 % de noche visto un año entero. Los países del sur (si con ello se refieren a los más cercanos al ecuador) reciben más horas de luz que los del norte (en invierno), y menos en verano»

«En cualquier caso lo que es aberrante es que durante siete meses al año estamos en gmt+2. No sé qué ventaja puede tener estar a las nueve de la tarde a cuarenta grados y con sol en el valle del Guadalquivir, o que el ocaso sea casi a las once en el oeste peninsular cuando tienes que levantarte a las seis o siete de la mañana para ir a trabajar. Dicen que en Portugal los hábitos son similares a los nuestros, parece que visitan poco el país vecino, donde se come a la una y se cena a las ocho y pico o nueve en verano a más tardar. Además, ¿no han tenido niños pequeños?»

«¿Por qué tenemos que tener tres meses de oscuridad matutina (8.00 am) cuando cambiando el huso tendríamos solo uno?»

«El problema de España es que en realidad necesitaríamos estar en dos husos. En verano en Galicia se hace de noche casi a las once de la noche y en invierno a las nueve de la mañana no hay luz, lo cual es un disparate. Si se cambiase la hora, eso en Galicia se corregiría pero en Barcelona en invierno sería de noche casi a las cuatro de la tarde, lo cual sería un fiasco para esa zona»

«A ver, chico, ¿tú que prefieres, tener sol cuando estás en la oficina o cuando sales de ella? Pregunto, porque es tan simple como eso. El cambio de huso es lo que hace, te pone el Sol por la mañana y te lo quita por la tarde»

«Tienes que tomar la del solsticio de invierno, es cuando amanece más tarde y anochece más temprano. Y sigues en las mismas sea equinoccio o solsticio. Ganas sol por la mañana y lo pierdes por la tarde. Pero por lo visto a ti lo que te gusta es andar en la oficina con sol y que sea de noche cuando sales. Al resto, o al menos a algún resto, no»

«Lo del horario es una cuestión social y de cultura. Personalmente, estoy a favor del cambio por una sencilla razón, difícilmente vas a educar a un chaval para que se acueste

pronto y se levante pronto, si en verano permites que el Sol esté hasta las 21 h de la noche, eso sí que es antinatural. Y que en invierno se haga de noche a las 17 h de la tarde, sí, pero, mira, al menos se levantará con el Sol en el cielo y no de noche, para “que papá y mamá” puedan disfrutar del bar, único argumento que dan los que son contrarios al cambio de horario, “es que así podemos tener más fiesta”»

«En invierno se haría de noche a las 16, según tú claro; eso sí, a las 7 de la mañana tendrías luz. Solo tienes que echarle un vistazo a la hora a la que anochece y ha amanecido en Madrid hoy y quitarle una hora. Y en verano no es por nada, pero a mí me encantaba estar jugando en la calle libre como un pájaro hasta que se ponía el Sol, que era la hora fijada para volver a casa. Regla que he seguido con mi hijo...»

«Estás hablando de gustos personales»

«Pues ponemos el huso de Moscú y nos bañamos en julio a las 12 de la noche»

En mi opinión, el hecho de que en España tengamos más horas de luz en el invierno que en los países nórdicos no justifica que necesitemos una pausa de dos horas para comer y volvamos a nuestro puesto de trabajo para permanecer en él hasta que sea de noche.

«En España se toman dos platos, en Francia, Portugal, e Italia se toma uno. En los países no latinos ya ni un plato, es más un tentempié. Y creo que hasta tú podrás entender que se tarda más en tomar dos platos que uno, y uno más que un tentempié»

Tener más horas de luz no significa que las estemos disfrutando. La costumbre española de cenar cuando ya es de noche y antes de acostarnos (lo cual no es saludable) no se da en nuestros socios europeos, que lo hacen de día durante todos los meses estivales, beneficiándose de un tiempo libre que nosotros no disponemos.

«Lo sensato sería concentrar horarios, poderse levantar alrededor de las 7.30 (realmente solares, cuando sale el Sol), empezar a trabajar a las 8.30, un receso hacia las 13 de una hora para comer algo y salir del trabajo alrededor de las 5.30, de modo que quedase algo de tarde libre. La programación de televisión también debería adecuarse, de modo que los programas principales hubiesen acabado como mucho sobre las 23.30 y el personal no tenga la tentación de perder horas de sueño»

«Lo que no es de recibo es lo que se ven obligados a hacer actualmente muchos trabajadores, sobre todo en las grandes ciudades: levantarse de noche, trabajar 10 horas, tener una pausa obligatoria de dos para comer, con lo que se levantan a las 7 para llegar al trabajo a las 8 (eso los que tienen suerte de que no les pille muy lejos y tengan que hacer trasbordos), parar de 1 a 3 y luego vuelta al trabajo de 3 a 6/7 (eso si no tienen que echar una “propina”), con lo que acaban llegando a casa a las entre las 7 y las 8 y terminan estando 12/13 horas pendientes de su ocupación, sin apenas tiempo libre»

«¡Es que necesitamos un cambio de costumbre! Lo que no se puede hacer es levantarse mucho más tarde, la gran mayoría de los españoles, que los europeos, y comer y cenar a las horas que se come y cena en España. Además, en España se desayuna muy mal. Para empezar la jornada, necesitas un buen desayuno que te haga rendir bien a lo largo de la mañana. Cada uno puede pensar cómo quiera, pero creo que, si cambiáramos ciertas costumbres en España, nos iría mucho mejor»

«Está clarísimo que España está fuera de su horario natural y está clarísimo que nuestras costumbres de horarios son muy poco sanas. Dormimos una hora menos. Pero es que ni los países del sur con nuestro clima tienen horarios tan locos. Ni Portugal, ni Italia ni Grecia. Además, cambiar el horario a la hora de Canarias sería tan fácil como abstenerse de cambiar de hora en marzo este año y ya está»

«En el resto de Europa la jornada laboral para oficinas suele ser de 08.00 a 12.00 (30-60 minutos para comer, dependiendo del país) y hasta las 17.00-17.30. Si cambiásemos la hora podríamos tener horarios de 09.00 a 13.00 (una hora para comer) y luego hasta las 18.00 18:30. De esta forma, estaríamos perfectamente alineados con el resto de países vecinos y tendríamos también un mejor equilibrio trabajo-familia»

La Encuesta de Empleo del Tiempo⁴ es una investigación estadística no periódica realizada por el INE que facilita información sobre el porcentaje de personas que realizan una actividad en el transcurso del día, el promedio de tiempo diario (en horas y minutos) dedicado a una actividad por las personas que la realizan, la distribución de actividades en un día promedio por tipo de día (laborable o de fin de semana) y el porcentaje de personas que realizan la misma actividad en el mismo momento del día, denominado ritmos de actividad diaria.

⁴ La última Encuesta de Empleo del Tiempo se contempla en el Plan Estadístico Nacional 2009-2012, recogido en el Real Decreto 1663/2008, de 17 de octubre (BOE, 15 de noviembre de 2008).

Con dicha encuesta, podemos obtener información primaria para saber en detalle aspectos como la dimensión del trabajo no remunerado realizado por los hogares, cómo y cuánto tiempo dedican los ciudadanos a la cultura, al ocio, a las responsabilidades familiares, etc. Así, es posible llegar a poder concretar el uso del empleo del tiempo de grupos sociales especiales como el de los ancianos, los que se encuentran desempleados o los jóvenes, para así concretar mejor políticas familiares, de conciliación e igualdad entre mujeres y hombres a la vez que estimar las cuentas satélites de la contabilidad nacional del sector hogares (considerado actualmente como trabajo no productivo, al no estar incluido en el PIB).

La metodología de la última Encuesta de Empleo del Tiempo realizada en España (2009-2010) parte de la anterior encuesta efectuada entre los años 2002-2003 y de las nuevas reglas de Encuestas Armonizadas Europeas de Empleo del Tiempo, de la Oficina Estadística de la Unión Europea, preparadas por expertos durante los años 2007 y 2008 para poder hacer más sencilla la normativa de este tipo de encuestas que se hizo en el año 2000.

Uno de los objetivos conseguidos en el proyecto de esta encuesta de Eurostat es la posibilidad de comparar los resultados obtenidos entre los diferentes países, ya que de esta manera se puede obtener más valor de las informaciones que se desprenden de los resultados. Es la conclusión más destacable a la que se llegó tras la equiparación pormenorizada de las encuestas que se utilizaron para los países de la Unión Europea y de la Asociación Europea de Libre Comercio (EFTA).

Tal y como he comentado, durante los años 2002-2003 el Instituto Nacional de Estadística llevó a cabo la primera edición de la Encuesta de Empleo del Tiempo siguiendo las recomendaciones de Eurostat, bajo las cuales 15 países de la Unión Europea han realizado operaciones similares en los últimos años. La encuesta entrevista a todos los individuos del hogar de 10 años o más, los cuales deben rellenar un cuestionario de datos sociodemográficos y un diario de actividades donde se recogen todas las actividades realizadas durante 24 horas en intervalos de 10 minutos. En la primera edición de la encuesta fueron entrevistadas 46.774 personas de 10 años o más pertenecientes a 20.603 hogares. La segunda edición de la encuesta se llevó a cabo en 2009-2010 y, por falta de presupuesto, en ella completaron el diario de actividades 19.295 personas (menos de la mitad que la anterior oleada) residentes en 9.541 hogares (nuevamente menos de la mitad). En la página web del INE se puede acceder a los datos completos de ambas encuestas.

He solicitado formalmente al INE lo conveniente que sería realizar otra encuesta actualizada y con un número representativo de hogares, puesto que los nuevos datos nos ayudarían a que este debate pudiera estar más fundamentado empíricamente. Me han confirmado que la siguiente encuesta está prevista cuando se realice la próxima ola europea en el 2020. Pensemos que otros países realizan esta encuesta anualmente y no pocos investigadores me han comentado que los datos españoles son escasos y anticuados, por lo que se pierde fiabilidad. También debemos pensar que se trata de una encuesta (en este sentido podemos hablar de una estimación) y no una comprobación verificada real de hechos.

Una recopilación de datos de diferentes países europeos sobre el uso del tiempo de los ciudadanos ha sido elaborada por Eurostat a través del Harmonised European Time Survey en un proyecto denominado «Time use survey - collection round»⁵. El Instituto Estadístico de Suecia y la Universidad de Oxford⁶ realizaron un estudio complementario con dichos datos.

Muchos países europeos más desarrollados que España tienen un horario distribuido de diferente manera que permite integrar mejor la vida familiar, profesional y personal. ¿Cómo lo consiguen? ¿Sería posible modificar poco a poco el horario español para acercarnos a su horario? ¿Influye el huso horario? Nos serviremos de las gráficas de los ritmos de tiempo, es decir, el porcentaje de personas que realizan la misma actividad principal en el mismo momento del día, al ser este el mejor de los indicadores obtenidos en las encuestas normalizadas para toda Europa en el uso del tiempo si el fin es hacer una comparativa. Para entender bien los gráficos que exponemos a continuación, hay que partir de que en el eje de ordenadas aparece el tanto por ciento de personas que realizan una acción y en el eje de abscisas las horas del día en las que la realiza. La intersección de ambas coordenadas en los diferentes puntos forma un área no regular pintada de diversos colores que nos indica los períodos en los que se destina ese tiempo para dicha actividad. Por otra parte, hay que tener en cuenta que siempre habrá ciudadanos que tienen unos horarios distintos al resto, pero, para poder hacer el

⁵ Harmonised European Time Use Survey [online database versión 2.0]. Creada en el 2005-2007 por el Instituto Sueco y Finés de Estadística [reference date 2007-10-01]. <http://www.tus.scb.se> (19/01/17).

⁶ La Universidad de Oxford cuenta con un Centro de Investigación Internacional sobre el Uso del Tiempo en el que he realizado una estancia invitado como investigador académico. Para la realización de mi tesis doctoral recibí orientación por parte de diferentes profesores del Departamento de Economía y Sociología de dicha Universidad, lo que, junto con los seminarios a los que he podido asistir y las publicaciones consultadas en el centro bibliográfico, enriquece y da un perfil más internacional a mi investigación.

estudio, vamos a fijarnos en lo que realizan la mayoría de personas configurando un horario estándar.

Los países europeos analizados son:

—Alemania

—Bélgica

—Finlandia (cuyo horario oficial tiene una hora más que Alemania)

—Francia

—Noruega (escogido, a pesar de no ser miembro de la UE, como botón de muestra de país con facilidades para conciliar)

—Reino Unido (cuyo horario oficial tiene una hora menos que Alemania)

—Suecia

—Italia

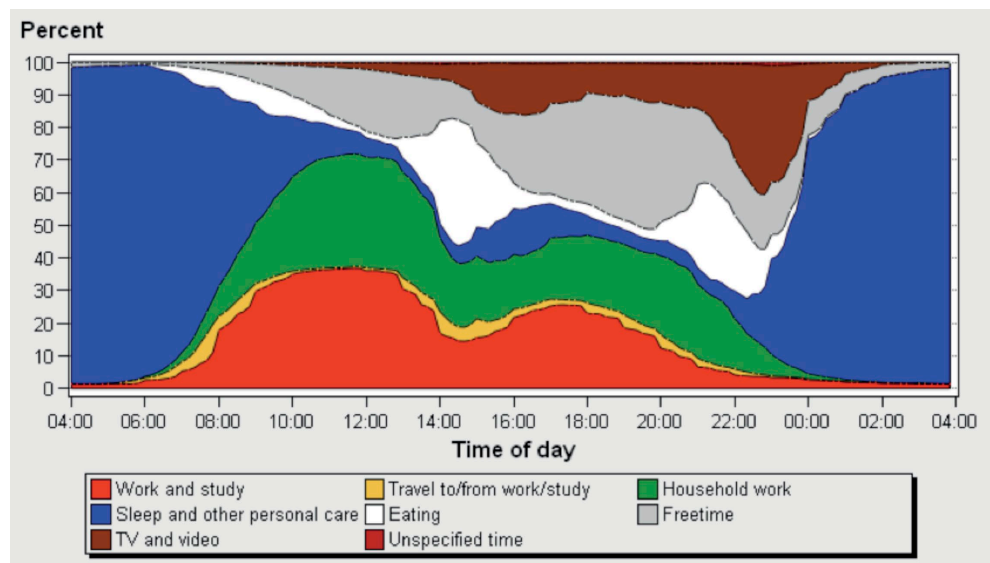
No contamos con datos de la Harmonised European Time Survey para otros países como Austria, Holanda, Luxemburgo, etc., así que no podemos incluirlos en nuestro estudio.

Los colores que definen las diferentes áreas (intersección del tanto por ciento de personas que realizan una acción y las horas del día en las que la realizan) son:

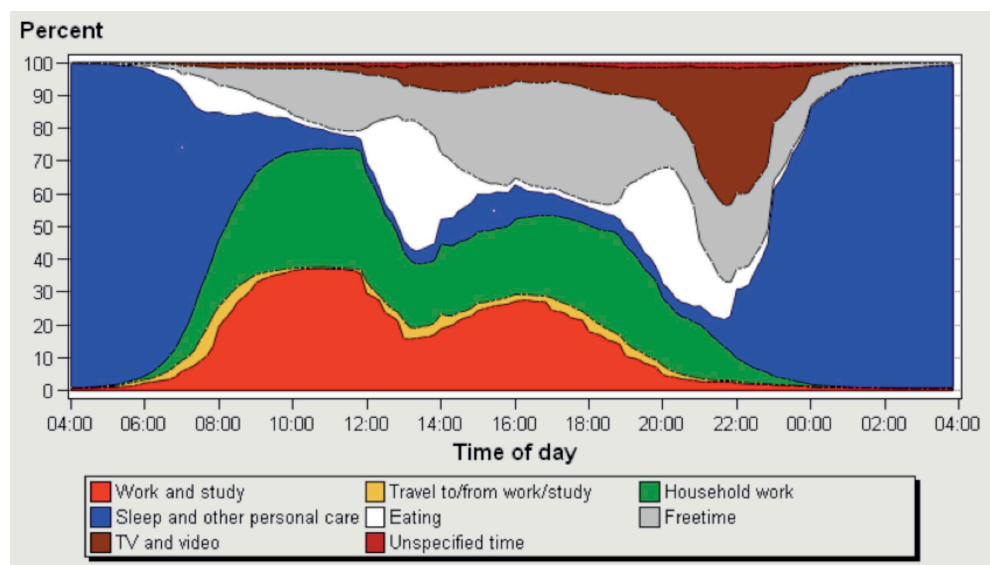
- Rojo: trabajo y estudio
- Azul: dormir y cuidados personales
- Marrón: televisión, vídeo, internet
- Amarillo: desplazamientos
- Blanco: comidas
- Verde: trabajos del hogar
- Gris: tiempo libre
- Granate: tiempo no especificado (apenas existente)

España es un país muy peculiar en sus horarios, muy distintos a los del resto de Europa, tal y como podemos observar en los siguientes gráficos.

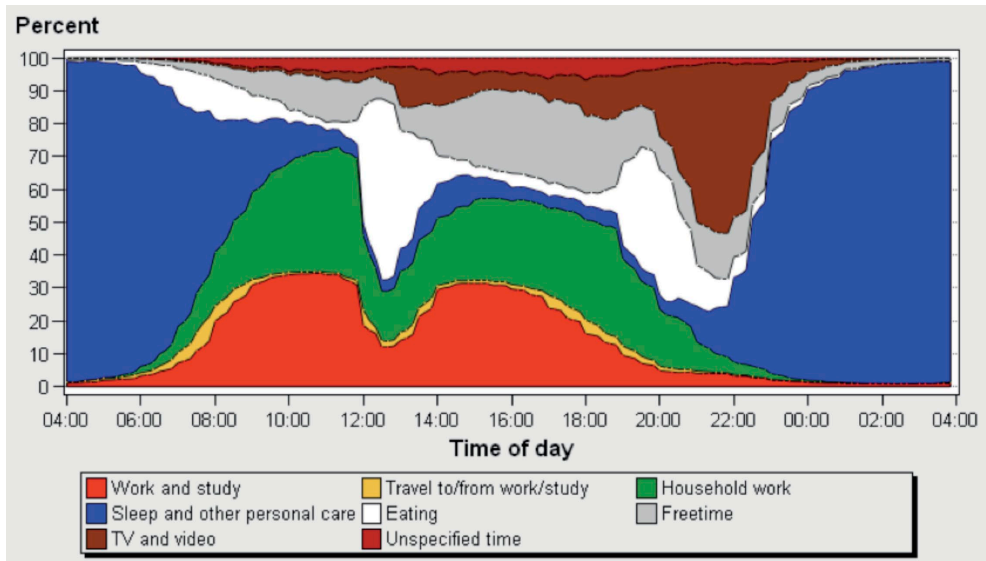
España



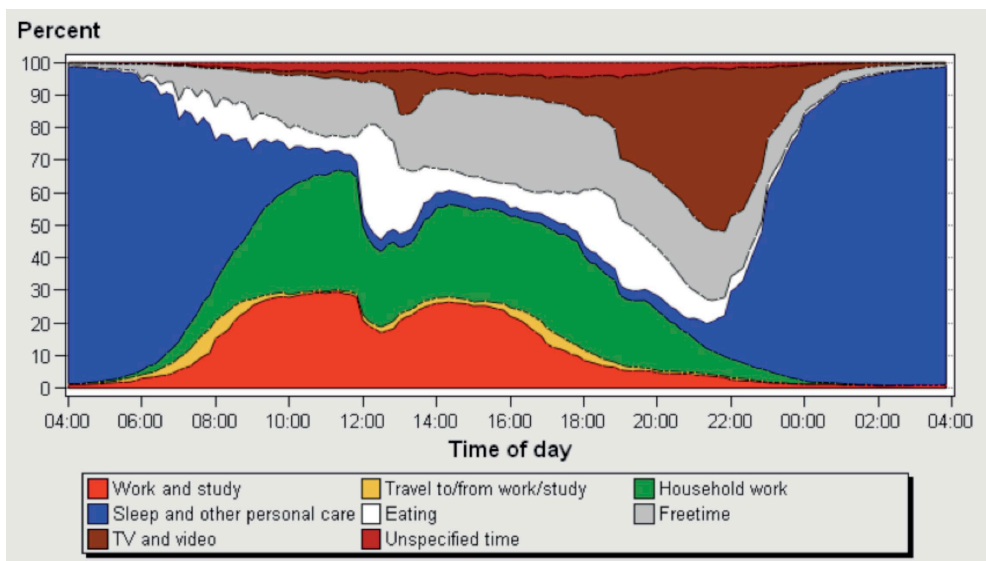
Italia



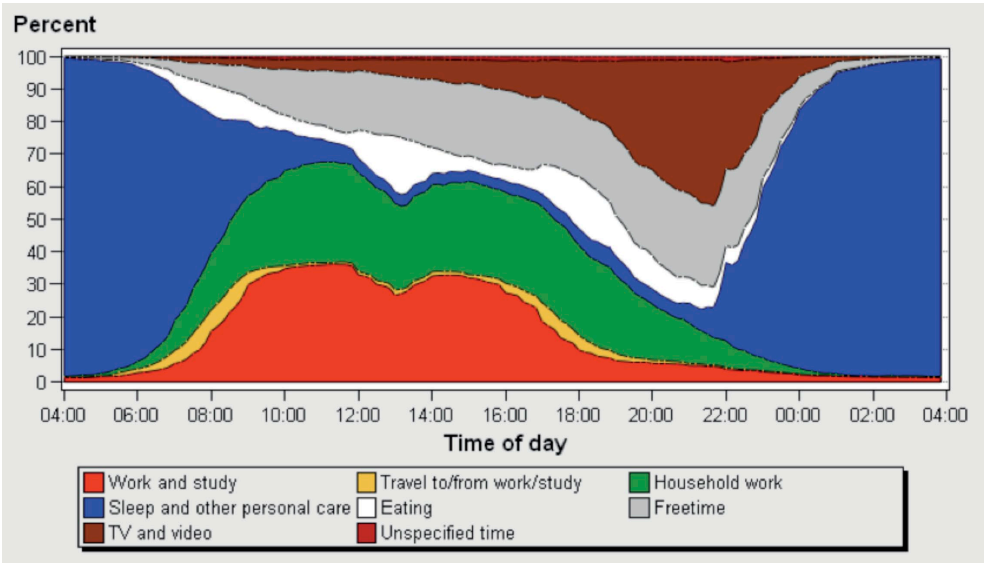
Francia



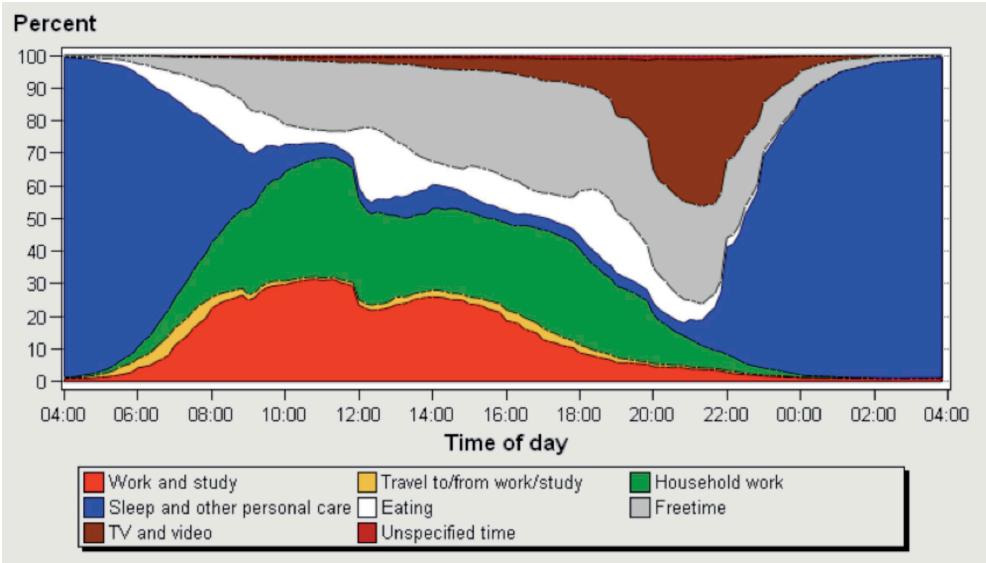
Bélgica



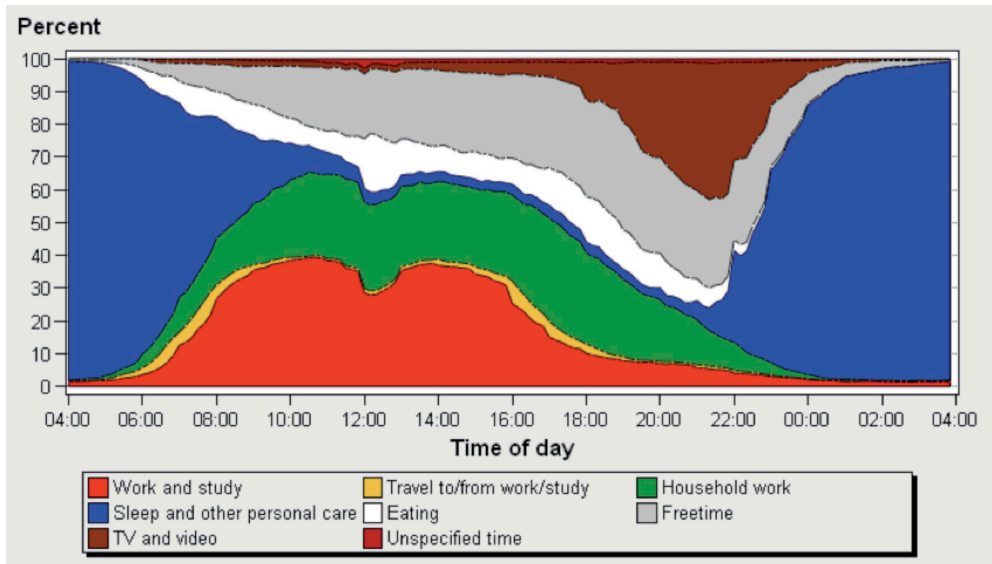
Reino Unido



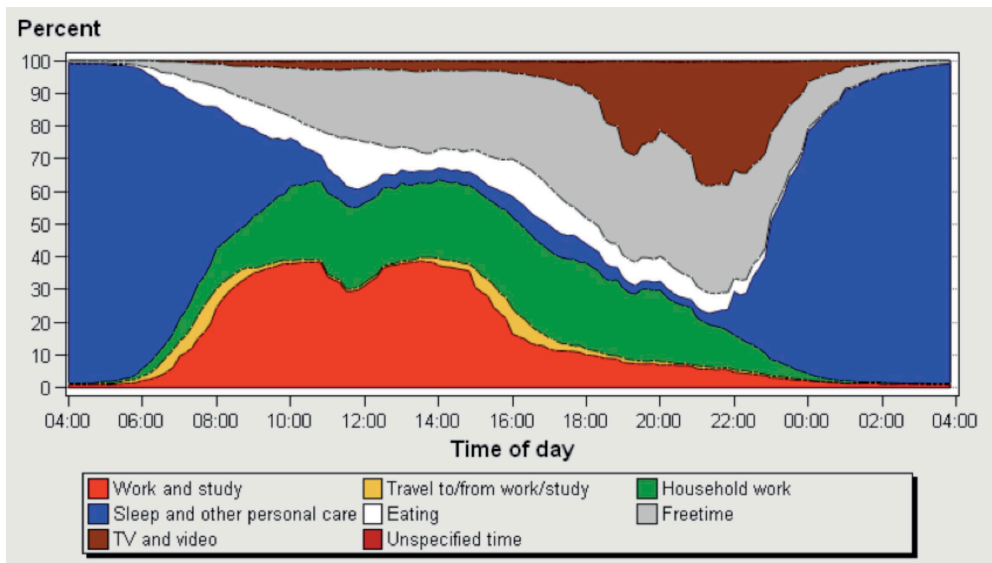
Alemania



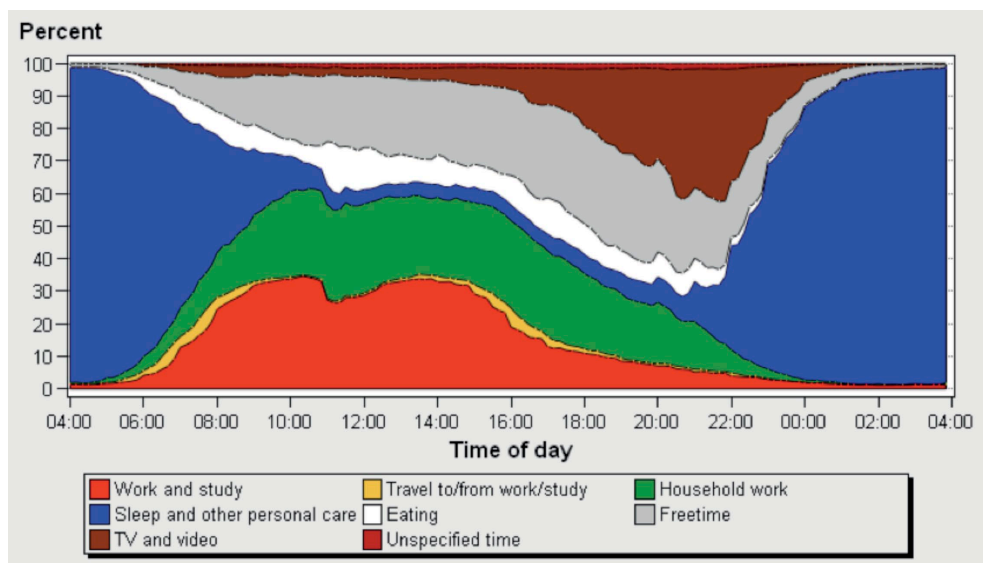
Suecia



Noruega



Finlandia



¿Solucionaría solamente el cambio de huso horario el problema de poder conciliar la vida profesional con la familiar y personal? En mi opinión, sería una ayuda, una palanca para poner en marcha otro tipo de medidas:

«[Los físicos] Se muestran escépticos sobre la posibilidad de que implique un cambio de costumbres. Pues claro que el cambio de huso horario no traería un cambio en las costumbres, porque no sería la única modificación necesaria para cambiar los hábitos de los españoles. Habría que introducir cambios paulatinamente y en menos de dos décadas nos habríamos adaptado a horarios europeos y más convenientes y productivos»

«Cambiar el horario no es la medida mágica para conciliar ni racionalizar, pero es el acicate necesario»

«Cambiar el horario no genera problemas, porque es tan fácil como esta primavera abstenerse de cambiarlo (si nos quejamos de que este cambio genera trastornos, nos ahorramos este y ya está)»

«Mi opinión es que cambiar de huso no influiría demasiado en nuestros hábitos si no va acompañado de más cambios que se podrían hacer igualmente. Por ello, no soy partidaria

de ningún cambio, pero entiendo que personas que están a casi una hora solar de distancia puedan tener otra opinión»

«Que España tiene un huso horario incorrecto es un hecho, no una opinión. España va una hora adelantada con respecto al Sol. Si esto ha sido por Franco o por De Gaulle, es un intento de politizar... Pero está claro que España NO está en el huso horario propio. Si esto cambiaría costumbre es discutible y puede que no si es un hecho aislado, pero si se mete dentro de un paquete de propuestas, como adelantar la TV, reducir la pausa para comer, adelantar las horas de entrada y salida de los trabajos... Adelantar los horarios de los colegios... Pues es posible que España pueda dejar de ser el país donde todo ocurre tarde»

«Si amanece antes y comemos antes, podemos salir antes del trabajo y esto sería una palanca para otros cambios, además de lograr un beneficio para la salud»

«En mi opinión es un factor que ayudaría a la productividad, pero sólo sería uno entre los doce que yo considero fundamentales, como es el liderazgo, la cultura del trabajo, el respeto y la cooperación, los horarios laborales, la motivación, conciliación, el trabajo en equipo, la honestidad, la promoción, la remuneración y la humildad»

La cultura del *presentismo* laboral y el miedo a perder el puesto de trabajo en una sociedad (la española) con el doble de paro que la media comunitaria hace que muchos se vean obligados a estar *presentes* en el puesto de trabajo muchas más horas de las realmente contabilizadas y pagadas, lo que disminuye nuestra productividad por hora trabajada, con un sacrificio personal que sufre la conciliación con la vida personal y familiar. Además, y aquí está una parte importante de que nuestro huso horario impida que podamos conciliar más, cuando más tarde anochece, más se alarga la jornada laboral (no en la hora fijada como finalización de la jornada laboral en los contratos, sino en las horas extras que se realizan no pagadas y realizadas por estar mal visto ausentarse antes de que lo haga el mando superior, por ejemplo).

«Te cuento. Donde yo trabajaba antes había horario flexible, podías entrar entre las 8 y las 9.30; por tanto, según la hora de entrada, podías salir entre las 17 y las 18.30. Pero allí nadie salía por lo menos hasta las 7, excepto los integrantes del comité de empresa, que sí entraban a las 8 y se iban a las 17 y nos decían a los demás que hiciéramos lo mismo,

pero nadie se atrevía por miedo, no por la carga de trabajo. Si nos hicieran entrar a las 7 para salir teóricamente a las tres, seguiríamos saliendo a las 7 de la tarde, los jefes no entenderían el que alguien tenga toda la tarde la silla vacía y esté en su casa. Es muy triste».

«Cambiar la zona horaria nos daría más horas de luz por la mañana sacrificándolas de noche. En Inglaterra, donde llevo unos diez años, se nota al despertarse que tiene más luz. Cuando voy a España me sorprende no ver el Sol hasta pasadas las 9 a veces. Otra cosa es que la vida en España no cambie y, aunque se haga de noche antes, la gente siga en la oficina hasta tarde. Pero eso es un estudio sociológico, ¡no físico!»

«La costumbre popular es que mientras haya Sol... es tiempo de trabajar ¿De qué nos sirven más horas de Sol si nos tienen encerrados en jornadas interminables entre cuatro paredes?»

«Cuando el Sol se pone antes en términos de hora legal, esto hace que la gente acelere la salida del trabajo»

«La realidad es que España tiene un grave problema de productividad a pesar de que se trabaja más horas que en el resto de países de Europa y el desacompañamiento del horario con respecto al horario solar es un elemento que influye en esta cuestión»

«El tema que no se quiere debatir es la conciliación laboral porque al empresariado no le interesa que la gente salga del trabajo a las 17-18 horas»

«Si una hora de desfase con la hora solar no creo que influya, en verano pasan a ser de dos horas, más de dos horas y media en Vigo, eso ya me parece excesivo. Al final, cuando son las 12 de la noche oficialmente en Vigo, en la hora real no son ni las nueve y media; sin embargo muchos trabajadores empiezan a las 6, que en horario real no son ni las tres y media, horario en el que una persona para su descanso óptimo a ser posible debería estar durmiendo todavía y no andar despierto desde hace una hora. Al final el desfase horario contribuye a querer aprovechar el día de forma engañosa, excesiva y a la larga contraproducente»

Por otra parte, con el correcto huso horario, se facilitaría una mayor apertura de las exportaciones españolas a los mercados europeos (actualmente el 51,7 % a la zona euro y el 66,5 % a la Unión Europea), puesto que al coordinar los horarios de nuestras jornadas laborales con el resto de Europa, se mejorarían nuestras relaciones comerciales y esto beneficiaría al contacto entre países.

«Yo utilizo profesionalmente los horarios comerciales intereuropeos. En la situación actual, con los horarios españoles, NO EXISTE coincidencia de horarios. Yo estoy

harto de que me llamen a mi hora de comer y me frustra no poder comunicarme con mis interlocutores continentales de 12.30 a 14.00 hora española. Hasta tal punto que he tenido que ir adelantando mi hora de almuerzo, pero ya le digo que eso no es tan fácil de poner en práctica en España sin que te miren como a un batracio. Por tanto, ponernos en el horario de UK facilitaría las relaciones comerciales con Europa, no las empeoraría. No tiene más que ver el comercio que hay dentro de los USA, a pesar de sus cuatro husos horarios»

Aunque hay algunos que prefieren un gran parón a medio día con aperitivo y siesta incluida:

«La siesta y el aperitivo que no nos lo quiten»

Los turistas, que en España contribuyen al 11 % del PIB y generan el 13 % del empleo, agradecerían (nos referimos a un turismo sano) dicha modificación y se sentirían menos sorprendidos de nuestro desordenado estilo de vida, al que no acaban de adaptarse los días que disfrutan de nuestro país.

«Y si nos metieran el huso horario de verano para todo el año (el sueño de los hosteleros), nos levantaríamos y viviríamos las primeras horas de la jornada entre tinieblas en invierno. Lo mejor es el huso horario del invierno para todo el año y a los hosteleros se les ve el plumero, ya que quieren turistas borrachos apurando las horas de luz de la tarde, más toda la noche, ya que por la mañana les importa una higa que el Sol salga pasadas las 9 h en invierno. Los turistas borrachos están durmiéndola mientras trabajadores y escolares van entre tinieblas a sus obligaciones»

El objetivo no es que todos tengamos el mismo horario (lo cual es imposible y generaría, por ejemplo, cantidad de problemas de tráfico y cuellos de botella en bares y restaurantes), sino acomodar nuestras vidas para poder integrar la vida profesional, personal y familiar. Pensemos que el uso del tiempo y la forma de conciliar tienen una influencia grande en muchos y diversos aspectos: la calidad de vida, la salud, el rendimiento escolar, la productividad, el sueño, la siniestralidad, los accidentes de tráfico, la igualdad, etc.

Es acertada la propuesta de las fuerzas políticas de adelantar la hora de la salida del trabajo a una hora razonable, realizando también un estudio, en el que esté representada la sociedad española en su conjunto, sobre el posible cambio de huso horario en España y analizar el resultado. En economía nos referimos a la teoría de juegos como una teoría de estrategias en la que las acciones de cada jugador son interdependientes, y eso es lo que ocurre con nuestros horarios, puesto que están interrelacionados.

«Yo estaría encantado de entrar a currar a las 8 am con el huso actual, a las 7 am con el de Greenwich. Pero resulta que, si mis clientes no cambian de horario, me toca adaptarme y seguir entrando a las 9 am»

Se trataría de llegar a la estrategia óptima maximizando la ganancia esperada por cada jugador y eso es lo que plantean hoy en día mayoritariamente las fuerzas políticas antes citadas. Seamos valientes para afrontar el artículo 5º de la famosa Orden de 7 de marzo de 1940, de Presidencia del Gobierno, que supuso a la larga el abandono del huso horario de Greenwich, que indica: «Se señalará la fecha en que haya de restablecerse la hora normal». No podemos seguir aplicando *más vale lo malo conocido que lo bueno por conocer*.